

## L'epatite C ➤ 2. Diagnosticato di recente

- 2.1 Che cos'è l'epatite C?
- 2.2 Come influisce l'epatite C sul fegato?
- 2.3 Come si prende il virus dell'epatite C?
- 2.4 Che cosa è un genotipo?
- 2.5 Quali sono i sintomi dell'epatite C?
- 2.6 Ho l'epatite C: Come evito di trasmetterla ad altre persone?
- 2.7 Si incorrono in dei rischi nel fare sesso?
- 2.8 La coinfezione con altri virus Come influiscono l'alcol e le droghe?
- 2.9 Come influiscono l'alcol e le droghe?
- 2.10 Stare sani, riguardarsi

### 2.1 Che cos'è l'epatite C?

La parola Epatite significa infiammazione del fegato. Troppo alcol, alcune droghe, alcuni prodotti chimici ed alcuni virus possono causare l'epatite. I virus principali che causano epatiti sono il virus dell'epatite A, il virus dell'epatite B o il virus dell'epatite C. Questi virus sono tutti diversi – la sola cosa che hanno in comune è che colpiscono il fegato.

Il virus dell'epatite C e il virus dell'epatite B possono causare l'epatite cronica, cioè, un'infiammazione del fegato che dura più di 6 mesi. C'è una vaccinazione per prevenire il virus dell'epatite A e B. Non c'è vaccinazione per il virus dell'epatite C. Quest'opuscolo riguarda soprattutto il virus dell'epatite C che è quello che causa l'epatite C.

### 2.2 Come influisce l'epatite C sul fegato?

Il fegato è molto importante per il benessere della persona perché ha molte funzioni che la tengono sana.

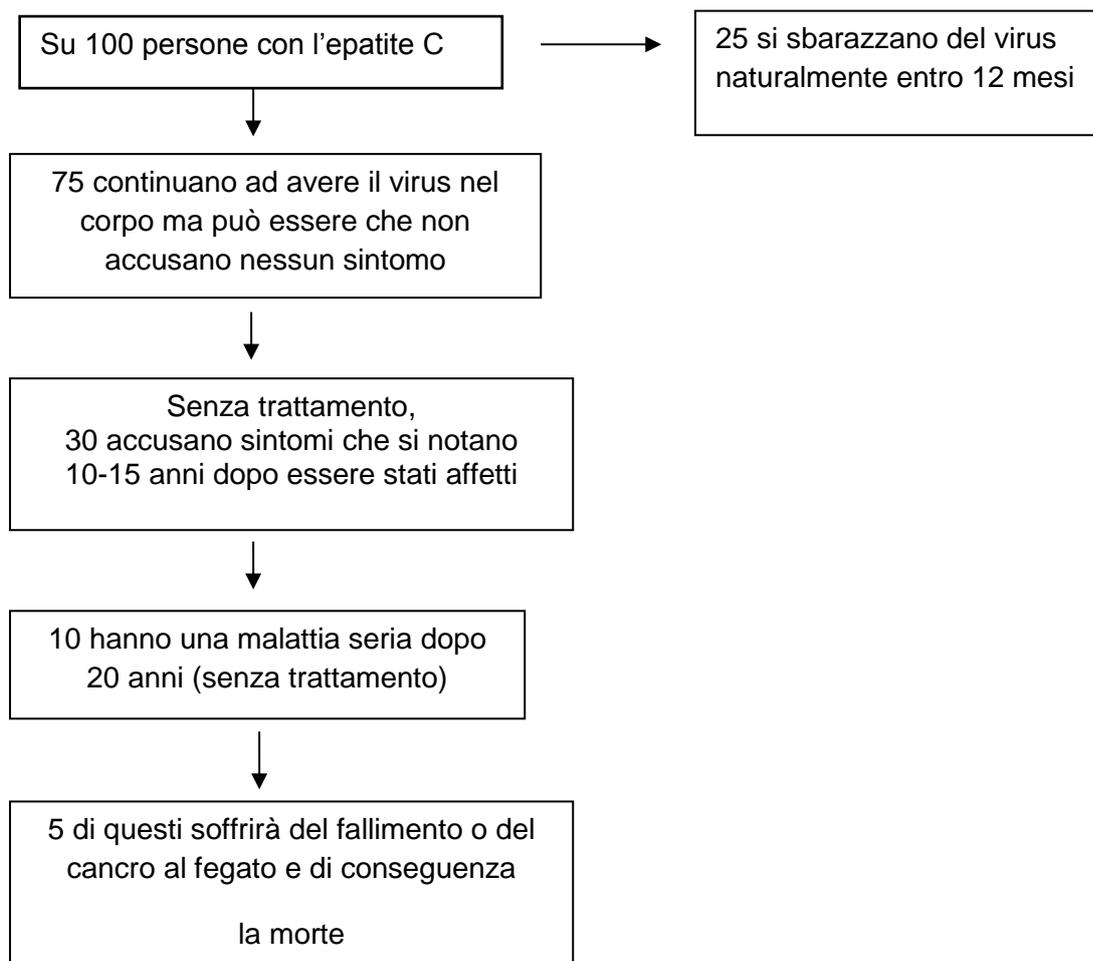
Il fegato:

- pulisce il sangue dai materiali di scarto dagli ormoni, dalle droghe e da altre tossine;
- crea, immagazzina e rilascia zuccheri, grassi, e proteine;
- aiuta a digerire il cibo; e
- immagazzina vitamine, minerali e ferro.

Il virus dell'epatite C può causare un'infezione cronica e un danno al fegato durante un lungo periodo di tempo. Nel tempo, le cellule del fegato si danneggiano e si distruggono, creando cicatrici al fegato. Si chiama fibrosi. La fibrosi acuta indurisce il fegato, prevenendo il funzionamento ottimale. Si chiama cirrosi del fegato. In un numero minimo di casi, il danno serio al fegato può condurre al fallimento e al cancro del fegato.

L'infezione dell'epatite C può influenzare le persone in modi diversi. Alcune persone non sono influenzate affatto mentre altre possono essere colpite seriamente. La ricerca ha mostrato che di 25% di persone contagiate dall'epatite C si sbarazza del virus entro 12 mesi. Quindi non sono più affetti dal virus e non possono trasmetterlo. Quelli che non si sbarazzano del virus, l'epatite C può causare un danno al fegato anche dopo tanti anni.

## Infezione dell'epatite C



### 2.3 Come si prende il virus dell'epatite C?

Il virus dell'epatite C è trasmesso quando il sangue di una persona contagiata entra nel sistema circolatorio sanguigno di un'altra persona. La maggioranza di persone con l'epatite C in Australia è stata contagiata condividendo siringhe per le droghe, ad esempio l'eroina, l'anfetamina o gli steroidi. Alcune persone potrebbero essere state contagiate tramite le trasfusioni di sangue prima del 1990. Molte persone nate all'estero sono state contagiate nel passato tramite procedure mediche non sterilizzate per vaccinazioni, procedure dentali e cosmetiche. Anche oggi, l'epatite C può essere trasmessa in questa maniera in alcuni paesi. *Guarda l'Appendice 1 che mostra l'infezione dell'epatite C l'infezione nel il mondo.*

*Il virus dell'epatite C può essere trasmesso anche:*

Metodo	Rischio
Condividendo apparecchiature per iniezione es. droghe	Alto
Procedure mediche, dentali e cosmetiche non sterilizzate (estero)	Alto
Tatuaggi e piercing con apparecchi non sterilizzati	Alto

Essere punti da un ago accidentalmente	Moderato/basso
Da madre a figlio durante il parto	Moderato/basso
Condividendo rasoï e spazzolini da denti	Basso
Trasfusione di sangue in Australia prima del 1990	Basso
Trasfusione di sangue in Australia dopo il 1990	Molto basso
Attività sessuali (senza contatto di sangue)	Molto basso
Allattando	Molto basso

Fonti:

[www.ntahc.org.au](http://www.ntahc.org.au) "Hep C – Sono a Rischio"?

[www.hepatitisaustralia.com](http://www.hepatitisaustralia.com) "l'Epatite C: come si trasmette"

[www.health.gov.au](http://www.health.gov.au) "National Hepatitis C Resource Manual 2nd Edition"

L'epatite C non può essere trasmessa attraverso il contatto sociale. Le zanzare o gli altri insetti, abbracciare, baciare, starnutire, tossire, condividendo cibo, bevande, piatti, posate, bucato e gabinetto non trasmettono l'epatite C.

## 2.4 Che cosa è un genotipo?

Il genotipo è il tipo di virus dell'epatite C che hai. Ci sono almeno sei diversi genotipi del virus dell'epatite C. Sapere che genotipo hai è importante perché determina le medicine di cui hai bisogno e per quanto tempo hai bisogno del trattamento. Il genotipo non si riferisce alla gravità della malattia del fegato.

## 2.5 Quali sono i sintomi dell'epatite C?

Alcune persone con l'epatite C non accusano alcun sintomo per molti anni. Per quelli che accusano dei sintomi è un po' come un raffreddore. Alcune persone potrebbero avere nausea, molta stanchezza e un dolore o disagio al fegato. L'unico modo per sapere se si è stati a contatto con il virus dell'epatite C è richiedere un'analisi del sangue con il proprio dottore di famiglia.

## 2.6 Ho l'epatite C: Come evito di trasmetterla ad altre persone?

A casa:

- Non condivide rasoï, spazzolini da denti e tagliaunghie;
- pulire qualunque traccia di sangue usando attentamente i guanti di plastica, sapone, acqua calda e candeggina;
- mettere qualunque cosa macchiata di sangue come cerotti, capi di abbigliamento, tamponi assorbenti in una busta di plastica prima di buttarli nel recipiente dei rifiuti;
- evitare pratiche sessuali che coinvolgono il contatto di sangue, tipo quando si hanno le mestruazioni, allora usare sempre il profilattico.

Se inietti droghe:

Se inietti droghe usa sempre nuovi aghi e siringhe. Il condividere aghi e siringhe può condurre alla trasmissione del virus dell'epatite C il virus dell'epatite B e l'HIV, il virus che causa l'AIDS. Elimina sempre aghi e siringhe attentamente in modo che nessun'altra persona può riusarli.

Quando viaggi all'estero:

È importante essere sempre consapevoli del sangue (cioè, essere consapevoli della presenza di sangue in qualunque situazione o in qualunque ambiente) e minimizzare sempre pratiche che coinvolgono il contatto con il sangue, soprattutto quando si è in un altro paese. Tatuare ed iniettare con apparecchiature non sterilizzate dovrebbero essere evitati. In alcuni paesi procedure dentali e mediche sono ancora un rischio per l'infezione dell'epatite C.

## **2.7 Si incorrono in dei rischi nel fare sesso?**

Il contatto sessuale è un rischio molto basso per la trasmissione del virus dell'epatite C. Comunque bisogna fare attenzione durante il sesso dove è presente il sangue ad esempio durante le mestruazioni. Quando è presente il sangue, si raccomanda di usare i profilattici durante l'atto sessuale. I profilattici proteggono anche dalle malattie trasmesse sessualmente come l'HIV e l'epatite B.

Da ricordare che le persone con l'epatite C possono vivere una vita sana e soddisfacente e non sono un rischio per la loro famiglia, per le persone con cui vivono, o per le persone con cui lavorano.

## **2.8 La coinfezione con altri virus**

Coinfezione significa l'infezione con più di un virus. Le persone con l'epatite C potrebbero essere contagiate anche con l'HIV e o l'epatite B, principalmente perché sono trasmesse in maniere simile – attraverso il contatto di sangue. La coinfezione può accelerare la progressione dell'epatite C e aumentare lo sviluppo di malattie al fegato o del cancro.

### **2.9 Come influiscono l'alcol e le droghe?**

C'è un alto rischio di prendere delle malattie al fegato, inclusa la cirrosi, se si ha l'epatite C e se si beve alcol. L'alcol potrebbe influire anche sulla reazione della cura dell'epatite C, rendendola meno efficace. Se si ha l'epatite C cronica, ma non la cirrosi, è raccomandato bere meno alcol, non più di 7 bevande standard alla settimana. Se si ha la cirrosi, è raccomandato di non bere alcol affatto.

Il tabacco o le droghe illecite come la marijuana potrebbero far aumentare la progressione delle malattie al fegato e il rischio di malattie al cuore.

## **2.10 Stare sani, riguardarsi**

Quando si è affetti dall'epatite C, ci sono diverse maniere per stare sani e per diminuire il rischio di avere malattie serie al fegato:

- Fare una dieta sana con basso contenuto di grassi, zucchero e sale
- Bere meno o no alcol
- Riposarsi molto
- Fare ginnastica leggera e gentile
- Cercare di evitare lo stress o imparare a gestirlo
- Bere molta acqua
- Evitare di assumere medicine che potrebbero causare più danno al fegato
- Se si decide di prendere vitamine o medicine alternative (es. a base di erbe) parlarne col medico o ad un infermiere specializzato.